Thế Giới Qua Tứ Thực
<blockquote>Kalama tri ân bạn hongha7711 ghi chép xong bài giảng</blockquote>
[12/05/2020 - 12:57 - hongha7711]

Về chữ khổ trong đạo Phật, trong kinh Đức Phật từng dạy rằng toàn bộ thế giới này chỉ gói gọn trong chữ khổ thôi. Tôi cũng nói thiệt là bà con nào đến học Đạo nghe Pháp đều quý hết, tôi nhìn bà con nhất là bà con lớn tuổi tôi hơi run, run là không biết thời gian bà con nghe và thấm không biết mất bao lâu, đến chừng thấm nó "đi" luôn. Sau nhiều năm tôi làm một ông sư, tôi thấy là 99% bài pháp Phật tử được nghe là thường quẩn quanh đề tài tu phước, tức là phục vụ, lễ Phật, niệm Phật, tụng kinh, cúng dường, và tôi cũng thưa thiệt với bà con chừng đó nội dung thì không có đủ để gọi là tuệ giác của một Đức Phật
[12/05/2020 - 01:35 - hongha7711]

Ngài tu bao nhiêu kiếp, máu và lệ Ngài đổ ra trong lúc tu hành để thành Phật là phải tính bằng núi bằng biển chứ không thể nào ít được. Tưởng sao đến lúc cuối Ngài là một ông vua, bỏ ngôi vô rừng sâu nước thẳm ngồi thiền định khổ cực biết bao nhiêu. Đến lúc thành Phật rồi đi quá Đạo độ sinh suốt mấy chục năm Ngài nói biết bao nhiêu giáo lý. Lúc Ngài tịch rồi, đệ tử, Phật tử truyền nhau có mấy câu, niệm Phật, cúng dường, thì tôi thấy nó làm sao đó, có gì đó hơi sai sai.

Các vị tưởng tượng một người lấy bằng bác sĩ ở Mỹ này nè, học trong trường y bao lâu rồi ra thực tập bao lâu. Tổng cộng không có vị bác sĩ nào tôi biết dưới mười năm hết. Đó là tôi lấy cái giá mềm nhất. Chứ hổng ông nào dưới mười, mười lăm năm. Các vị thử tưởng tượng mười mấy năm trời bác sĩ đúc kết trong một trang giấy học sinh quý vị chịu nổi không. Ăn uống cẩn thận, thường xuyên thể thao. Tôi không biết mười mấy năm đó học cái gì, nó nhiều chuyện lắm chứ không có đơn giản.

Nếu là Phật tử tôi phải vô chùa nhìn xem tủ kinh tôi phải suy nghĩ nếu Phật pháp đơn giản thì cái tủ này nó chứa cái gì ở trỏng. Các vị có thấy lạ không. Tôi nói quý vị nghe một cái chuyện nó rất tầm bậy mà không kể không được. Cái tiệm thuốc bắc ở Bellaire, tôi chỉ biết cam thảo với mấy trái táo thôi tạo cái đó tôi thích, chứ còn đỗ trọng, thục địa, nhân sâm, câu kỷ, huệ sơn... mấy cái đó tôi biết làm chi. Nhưng mà tôi nghĩ trong bụng họ bỏ công học thuốc bắc và mở cái nhà thuốc bắc này mà cái biết như tôi chắc là làm thuốc bắc không nổi. Mình liếc mắt sang cái tiệm trà thấy nó bán đơn giản bán trà và bán bình thôi nhưng mà nếu các vị để ý kĩ ở sau cái quầy cashier nó có mấy chục túi trà. Vấn đề nó nằm ở đó. Mấy người mà trà tượng, trà gia, dân uống trà sành điệu thì loại bình nào dùng cho loại trà nào và loại trà nào được cấu tạo, chế biến ra sao họ phải biết cái đó. Còn đằng này mình cứ pha ra nước vàng vàng rồi uống vô là xong rồi đó. Có nhiều người họ thấy cách mình pha trà là họ biết mình không phải người uống trà chuyên nghiệp.

Đúc kết lại, cứ mỗi lớp học thế này tôi về giảng được một tuần cho đến mười ngày, trung bình một ngày tôi giảng chừng sáu đến tám tiếng thôi, tôi có cảm giác như tôi hướng dẫn quý vị đi cắm

trại, làm một cái lều ở đó, rồi chụp hình, nướng này kia rồi kêu ăn, tối chung vô ngủ, còn lịch sử nó có hàng triệu năm bỏ ở đâu.

[13/05/2020 - 12:17 - hongha7711]

Nội dung học chiều nay đó là Đức Phật đã phân tích thế giới này và con đường giải thoát ra nhiều nhóm vấn đề. Và ở trong mỗi nhóm vấn đề ấy Thế Tôn dạy rằng chỉ cần thông một vấn đề là mấy cái kia cũng thông, giống như một sợi dây xích dài cấp mấy chỉ cần tháo được một mắc thôi là mình vô hiệu được cái chiều dài của nó. Bà con nào thấy nghi ngờ lấy cái áo len, mình chỉ lôi ra được một cọng thôi và cứ kéo hoài thì cuối cùng nó còn cái gì, thấy áo nó dài nó nhiều len thiệt, cả ký len trong đó nhưng thật ra chỉ cần cắt một khúc nào trong đó thôi là nó đứt.

Cụ thể, thế giới này Đức Phật chia ra làm nhiều nhóm vấn đề. Ví dụ, thế giới này có lúc Ngài nói nó chỉ là tứ thực. Thực là thực phẩm.

1.Đoàn Thực

Thực phẩm đầu tiên là đoàn thực. Qúy vị vó đồng ý là vô số sinh vật trên hành tinh này đều được tồn tại bằng những nguồn dược tố khác nhau đúng không? Ví dụ như rong rêu nó chỉ cần hơi nước thôi và một độ lạnh nhất định và đặc biệt kỵ nắng. Nhiệt độ thích hợp, độ ẩm, bóng râm, hơi nước là nó ra rêu. Nhưng có rất nhiều hoa cỏ bốn cái này cộng lại không đu rsống. thậm chí có những loại cây thiếu nắng là nó chết. Cho nên mỗi thứ trên đười này tồn tại đều nhờ vào các nguồn dưỡng tố dầu tinh thần hay thể xác.

Tôi ví dụ, niềm vui thuộc về tinh thần hay thể xác? Và niềm vui cần có các điều kiện nào để có hay không? Cái điều kiện ấy được gọi là thực phẩm. Cái mặt của mình phải nhờ các thứ sinh tố mơi có phải không? Phải có canxi mới có răng, gelatine mới có tóc. Những cái đó gọi là thực phẩm cho răng, tóc, rồi vitamin A, D cho da. Như vậy cái nụ cười của mình có cần dưỡng tố không? Cái mặt thì có rồi đó, nhưng không biết nó thiếu cái gì mà nó cười không nổi. Cái người gia đạo không yên mà tình duyên trục trặc là cười không nổi. Cho nên tóc, da, răng nó nhờ những nguồn sinh tố nó mới có. Nhưng cái nụ cười nó phải có những điều kiện tâm lý nó mới có được. Đức Phật ngài dạy rằng gương mặt của con nó cần loại dưỡng tố nào thì đó là vật thực, nhưng nụ cười của con nó cần những điều kiện tâm lý nào ta gọi điều kiện ấy là vật thực. Vì sao mà con khóc, không phải khơi khơi mà con khóc, vậy cái điều kiện nào mà nó làm cho con khóc cũng gọi là vật thực. Còn mình quen mình nghĩ cái nào mình ăn được mới được gọi là vật thực.

Chữ food trong tiếng Phạn có nghĩa rất là hay, ahara, có nghĩa là cái đem lại sức sống, đem lại sự hiện hữu. Cái đem lại nụ cười, cái đem lại giọt nước mắt, cái đem lại sợi tóc, cái đem lại hàm răng, cái đem lại cơ bắp, cái đem lại làn da, cái đem lại tim, gan, phèo, phổi, cái gì nó đem lại thân xác, tâm hồn của mình cái đó đều gọi là vật thực hết.

Tùy thuộc vào việc tinh thần và thể xác anh ăn cái gì thì anh sẽ trở thành cái loại chúng sanh tương ứng với loại thực phẩm đó. Ai mà thường sống bằng tâm tham, tâm sân, tâm si, ai mà thường nuôi sống mình bằng mấy cái nhỏ mọn, ganh tị thì đời sau sanh ra họ ăn toàn mấy thứ khó ngửi. Ai mà thường xuyên sống bằng mấy cái thứ "tâm lí bốc mùi" thì đời sau sanh ra sẽ sống bằng các loiạ thực phẩm khó ngửi. Nó rất là khoa học. Cái tham, sân, si nó vô hình vô tướng mình không thấy nó dơ, mà cái rác rưởi, phân người mình thấy, mình ngửi được nên mình thấy nó dơ. Chứ nếu cái tham, sân, si mà mình thấy, mình ngửi được thì mấy người bửa nay phải đeo khẩu trang hết, viêm mũi hết. Nhờ mình không biết nó bằng khướu giác, vị giác, thính giác, thị giác, may mà mình chỉ cảm được thôi.

Chúng ta nuôi dưỡng tâm hồn và thể xác mình bằng thức ăn gì thì mai này chúng ta sanh ra sẽ đi về một cảnh giới nó tương ứng với thức ăn đó và chúng ta sẽ sống bằng cái loại thức ăn tương ứng.

Tôi ví dụ chuyện này mới khiếp. Trong Kinh nói hôm nay chúng ta làm hoa hậu, hoàng hậu, vua chúa, ăn mày, tướng cướp gì đi nữa, thì ở trong đáy lòng, trong thâm tâm, trong tâm khảm cửa từng người, chúng ta đều có khả năng ăn phân người và thịt sống. Tức là quý vị sang trọng cấp mấy, đi xe Marcedes, đeo một cái 3k đậm đậm, tay thì đỏ lừ vàng không, nói ngoại ngữ năm ba thứ tiếng, nhà năm bảy triệu, trong bank có mấy chục triệu, rất là sang, nhưng cái khả năng ăn thịt sống và

phân người của mình nó vẫn có không có mất, chỉ cần mình không có tu mình tắt thở mình sẽ làm những cái con "trời ơi" thì cỡ nào cũng ăn hết trơn.

Đó là lý do tại sao mà thế giới này được Đức Phật phân tích qua tứ thực. Ngài chốt lại một câu thôi tùy thuộc vào cơ thể con ăn cái gì thì con sẽ có một cái tình trạng sức khỏe tương ứng như vậy đó là đoàn thực, thức ăn cho thể xác. Tùy thuộc cái chuyện con nuôi dưỡng đầu óc của con bằng loại thực phẩm nào mà con sẽ đi đầu thai về cái chỗ tương ứng, cái chỗ nó fit-match với tâm trạng tương ứng của mình.

Bởi vậy tôi có nói, mời tụng kinh thì tôi tụng chứ tôi không có tin vì cái tụng kinh mà đúng nghĩa thời Đức Phật không có giống như mình. Thời mình là cái ông mà tụng ổng còn hỏng hiểu ổng đọc cái gì thì nói chi cái tên nằm ngáp ngáp mà nó hiểu. Nhưng mà thời Đức Phật thì không. Thứ nhất, thời Đức Phật không hề có chuyện Phật tử mời ông sư về tụng thứ kinh mà không ai hiểu. Họ bị bệnh họ chỉ mời chư Tăng về với mục đích duy nhất là nghe Pháp, chứ không có vụ hộ niệm, tụng cho má con khỏe, hết bệnh. Khi người cư sĩ họ biết họ chịu không nổi rồi họ nhờ nượời nhà đi thỉnh vị nào mà họ quý, ví dụ như ngài Anan, ngài Xá Lợi Phất, thỉnh về quý vị về để được nghe quý vị nói. Ví dụ như ngài Xá Lợi Phất ngài đến thăm một ông cư sĩ, ngài nói thế này "đau lắm phải không, có chịu nổi không?". Ổng nói "đau quá, bay giờ con thấy chết hay hơn. Trước đây con sợ đau, con sợ chết, bây giờ con chỉ muốn đi thôi chứ nó đau quá đi". Ngài nói thế này "cái đau của xác hãy để phần xác, đừng để cái tâm nó bị vướng vô cái đau của cái xác. Phần hồn phần xác phải tách nó ra". Đa phần khi mình đau quá là cái đầu mình cứ quay cuồng tiếc nuối, sợ hãi, nhớ thương tùm lum hết, còn đằng này Ngài nói cái nào để yên phần đó. "Ông hãy nhớ ông niệm cái câu này, dầu thân ta có bệnh nhưng tâm ta đừng bệnh". Ngài hỏi thê "Ông biết thân bệnh, tâm bệnh là sao không?" - "Dạ thân bệnh con biết rồi, con đang bị nhưng tâm bệnh là sao?" - "Tâm bệnh có nghĩa là ông đừng có nghĩ cái thân này là của ông. Khi ông nghĩ nó là của ông thì ông đau một nó đau mười. Ông biết đây là cái nùi dẻ, là món đồ cũ, phế liệu, mà ông dùng nó quá lâu năm, người đại phước trí nhiều dùng nó lâu năm người ta chán".

Chỗ này tôi nói thiệt chậm, qúy vị phải xăm lên người câu này, người phước nhiều trí nhiều xài nó (thân xác) lâu năm người ta chán, phước ít trí ít xài lâu-ghiền, bỏ-tiếc. Từ đó nó mới ra cái sự chết. Phước nhiều trí nhiều xài nó lâu năm thấy nản, chán. Phước ít trí ít, ghiền, bỏ không đành. Mà y như ngoài đời vậy. Cái tên nhà nghèo đồ nó chất không dám liện. Còn nhà giàu nó dòm cái này không xong là bỏ. Phước nhiều trí nhiều nó không có bị dính mắc vào thứ rẻ tiền. Rồi có ông Phật tử ổng nghe tôi giảng vậy cái vợ ổng kiếm tôi, bả khóc "em thấy không, Sư nói giàu đổi bạn sang đổi vợ, có phước nhiều hỏng có xài đồ cũ nữa". Trời ơi tôi không có ý đó đâu, khổ quá! Nghe Pháp mà hiểu như vậy có phải cháy chùa không. Cho nên, khi Ngài đến Ngài thăm bệnh là thăm như vậy đó, nhớ nghen hãy tâm niệm dầu thân có bệnh mà tâm đừng bệnh.

Rồi Ngài mới giải thích tâm bệnh là sao. Đó là coi cái cục nợ này (thân xác) này là của mình. Trước khi mình nghĩ về nó thì nó là vật chất nhưng mà anh nghĩ về nó bằng cái sự thương luyến tiếc nuối, lúc bấy giờ anh đã rước vào một cái tâm bệnh và lúc đó nó đau ít mà ông đau mười là vì sao, vì lúc đó ông nghĩ cái thân này là của tôi nên tôi đang bị đau. Vì thân này là của tôi nên tôi đang bị đau. Trong khi lẽ ra ông phải thấy rằng cơn đau đang có mặt là đủ rồi, không đi xa hơn nữa. Có phân biệt được hai cái này khác nhau không? Một bên là tôi đang bị đau, một bên là cơn đau đang có mặt. Bây giờ bà con đang ngon lành bà con thấy lời nhắc này của tôi nó không quan trọng, tới hồi mà ung thư nó di căn nó đau "xé mây" mới nhớ đến câu này, lúc đó tôi cũng đã tịch trước rồi. Cứ nhớ rằng cơn đau đang có mặt hoàn toàn không giống với quan niệm tôi đang bị đau. Khác nhau xa lắm, bởi vì mình tách bạch nó ra, nó không phải là một.

Và cái câu mà tôi thấm thía nhất là, người phước nhiều trí nhiều sẽ chán món đồ cũ vì họ đủ tiền để họ mua món đồ mới, phước ít trí ít không dám bỏ cái "nhà lá" này vì không dám tin là mình tậu được cái khác ngon hơn. Và tại sao mình sống an vui, là do cái này (tinh thần) của mình thường xuyên sống bằng chất liệu gì, bằng cái thứ thực phẩm gì. Qúy vị nhớ ăn bậy thì cơ thể nó bệnh thôi. Sáng tôi có hỏi bà con coi trong vật chất hay tinh thần. Bà con nói tinh thần. Nhưng tôi thấy bà con ăn kĩ nhưng cái này (tinh thần) không có kĩ, cái này của bà con sáng chiều uống toàn axit không, độc hại không.

Hồi sáng tôi có nói bốn hạng người nghe pháp. Hạng thứ nhất, nghe Pháp xong tai này qua tai kia. Hạng thứ hai, nghe xong nó đọng lại một mớ và lâu lâu có hữu sự móc ra xài một chút rồi treo lên vách để đó. Còn cái loại thứ ba, là họ chìm sâu trong cái họ học nhưng họ chìm sâu ở hướng hơi bị quá liều, cực đoan, đi sai đường làm cho họ bị nóng và người khác cũng bị nóng. Chỉ có cái hạng thứ tư, nghe Pháp, đem Pháp vào lòng, vào óc, vào tim và ứng dụng nó một cách dễ thương.

Chắc chắn quý vị chịu để ý, mình sẽ thấy cái này, mình không có gặp Đức Phật, ngài Anan, ngài Ca Diếp, ngài Xá Lợi Phất nhưng mà tôi tin chắc các vị này rất là dễ mến, vì cái cách cư xử của một người hiểu Đạo, đắp mền cho ấm chứ không phải trùm mền cho ngộp. Đa phần mình hành Đạo theo kiểu trùm mền cho ngộp. Có nhiều người họ hành thiền mình đến gần mình thấy mát mẻ. Có nhiều người họ tu họ đến gần họ đem cho mình cái cạm giác tội lỗi. Bữa nào tôi thử cho quý vị coi một bữa "quý vị tránh tránh ra, coi chừng đụng cái y!", tôi ghét cái đó lắm, làm quá đi.

Thực phẩm cho tinh thần và cho thể xác nó giống nhau một chỗ là đều là điều kiện để đem lại sức sống cho mình. Thức ăn đầu tiên là đoàn thực gồm có những gì mà mình bỏ vào thể xác mình được gồm có thức uống và thức nhai. Nhưng nó sâu ở chỗ này, đoàn thực không chỉ gồm có những gì mình ăn mình uống, mà nó có nhiều chuyện để nói lắm. Tôi hỏi các vị, thức ăn nó có ảnh hưởng đến tinh thần của mình không? Ví dụ, thức ăn ngon nó là một vấn đề của đời sống. Chưa hết, ăn uống không cẩn thận nó có làm cho tinh thần của mình bị ảnh hưởng không. Nghe tôi nói, ăn cái gì cũng thấy ngon là tốt mà thấy cái gì ngon cũng ăn là không nên.

Người tu là cần ăn cái gì cũng thấy ngon. Còn thấy cái gì ngon cũng ăn là người hú. Có hai hạng, một là thấy cái gì ngon cũng ăn, cái hạng này nó đỡ hơn cái hạng sau là thấy cái nào ngon mới ăn. Cái đoàn thực nó lớn chuyện lắm. Ăn cái gì cũng ngon, hai là thấy cái gì ngon cũng ăn bất kể là độc hay không độc, tệ nhất là thấy cái gì ngon mới ăn. Khi đi tu, cái hạng mà thấy cái gì ngon cũng ăn thì mình chỉ chuận bị thuốc cho họ thôi chứ tôi không có lo bằng cái hạng thứ ba thấy cái gì ngon mới ăn thì cái hạng ngày rất là khó tu.

Cái chuyện mà người tu không có kiêng khem nó phiền dữ lắm. Trog kinh ghi rất rõ, mình tu không cần sang, không cần đẹp mà cần sạch và cần thích hợp trong chuyện tu học. Y phục không cần đẹp, không cần sang nhưng mà cần thoải mái. Thực phẩm không cần ngon, nhưng mình cần nó lành. Ngon là tasty, lành là healthy. Người tu thì tasty có thì tốt nhưng không có không sao, quan trọng là healthy.

Cho nên Đức Phật dạy trong kinh điều kiện để mà tu thiền đầu tiên là chỗ ở không cần đẹp mà cần thoải mái, y phục không cần đẹp không cần sang mà cần thoải mái, mình không cần gần người đẹp, người giỏi, người khéo, mà chỉ cần gần người tu. Nếu trong đám người tu ấy mà họ vừa đẹp, vừa khéo thì quá tốt, tiêu chuẩn tối thiểu phải là người tu. Tu là sao, bản thân họ là cầu giải thoát, cái gì họ tha được thì họ tha, cái gì họ thương được thì họ thương thì đó là người tu. Nhớ định nghĩa này, chứ đừng nhớ định nghĩa người tu là giới định tuệ, mệt lắm. Người tu chính là buông được thì buông, thương được thì thương, tha được thì tha. Như vậy thì chỗ ở không cần sang, không cần đẹp, không cần tiện nghi mà cần thoải mái, có đường kinh hành, có gió mát. Thức ăn không cần ngon mà cần lành, và trong kinh có ghi thêm cái này nữa, phải là cái thứ dễ kiếm, không ăn cầu kì quá...

Tôi nghĩ sở dĩ Đức Phật chọn Ấn Độ vì cũng có lý do, vì Ấn Độ chỉ có cari với cái bánh là xong rồi, mà Ấn Độ đắc đạo nhiều. Nếu có người hỏi tôi tôi nói vậy đó. "Sư, nếu Ấn Độ không có Phật con hỏng có qua đâu vì nó dơ hầy à, ăn dở ẹc à, có tiền cũng không mua cái gì được để ăn". Bậy. Tại sao nó dơ hầy, tại nó dồn hết thời gian vào tâm linh nó quên tắm, còn ăn dở ẹc là do nó ngồi thiền nó đói, bung cái chân ra kiếm cái gì đó để ăn rồi xếp cái chân lại tu tiếp, cái đó đắc mới dữ. Còn cái kiểu nhiều món quá, nội thời gian lo chuẩn bị thôi là hết bốn mươi lăm năm rồi. Tức là, Ngài chỉ có bốn mươi lăm năm cho mình thôi, mà mỗi lần Ngài về thuyết Pháp, cúng dường tăng, mình lo mình chuẩn bị, Ngài dùng xong là qua bốn mươi lăm năm luôn rồi. Cho nên là không được. Phải như là Ấn Độ ăn đơn giản, mặc đơn giản mà Ấn Độ nó giữ đạo nó quên mặc luôn, quý vị có biết không, dữ dội. Chứ còn áo tứ thân, quai thao... nó lâu dữ lắm. Tôi biết tôi nói cái này quý vị tưởng tôi giỡn, nhưng mà không!, tôi đang chửi vào cách hành trì lối mòn cổ hủ của quý vị đó, nó mất thời gian vô cùng. Tôi đã từng là nạn nhân của những người rị mọ. Mình đi uber họ không cho, họ giận, họ tủi "Sư ơi, cho con chở hay là sư chê xe con cũ". Tôi nói "không có, có xe là quý rồi,

giờ ông chở tôi nghe!" - "Dạ! con chở sư". Khủng khiếp! có nghĩa là tôi ra đó rồi tôi đi vào mà cái "Vân Tiên cõng mẹ chạy ra đụng cái cột nhà cõng mẹ chạy vô", Vân tiên cõng bà mẹ từ tóc muối tiêu cho đến tóc bạc mà Vân Tiên chưa chịu ra, cứ chạy ra chạy vô như gà mắc đẻ.

Cho nên nhớ anh sống như thế nào thì thành quả anh có nó tương ứng như thế đó. Anh bận tâm nhiều cho cái gì thì cái anh được chỉ có thế đó thôi. Đây là lý do tại sao thế giới được Đức Phật phân tích qua bốn món ăn, chữ "món ăn" hiểu nghĩa food là rất là nghèo. Ngài muốn nói rằng con sống bằng điều kiện nào con sẽ ra kiểu người tương ứng với điều kiện đó. Nói vậy mình mới thấy cái chữ thực phẩm nó lớn chuyện. Đó là món ăn đầu tiên, đoàn thực nó lớn chuyện lắm. Ăn cái gì cũng ngon không giống với thấy cái gì ngon cũng ăn. Mà thấy cái gì ngon cũng ăn còn đỡ hơn thấy cái gì ngon mới ăn.

[13/05/2020 - 07:24 - hongha7711]

2. XÚC THỰC

Bây giờ qua xúc thực. Xúc thực là cái gì? Nó lớn chuyện lắm. Xúc thực là sự gặp gỡ giữa sáu căn và sáu trần. Mà tại sao nó lớn chuyện? Hồi nãy trong phần đoàn thực tôi có nói đoàn thực là thức ăn cho thể xác, tùy thuộc mình ăn cái gì thì sức khỏe mình cũng bị ảnh hưởng tốt hay xấu. Còn xúc thực là gì? là sự tiếp xúc giữa sáu căn và sáu trần, cũng là một thứ thực phẩm. Tại sao vậy? Bây giờ tôi hỏi, có người họ thích nước hoa chớ họ không coi nặng về giày dép, đúng không? Có người họ coi nặng áo quần chớ họ không coi nặng mắt kính, đồng hồ. Nghe kịp không? Có nghĩa là sáu căn, có người nặng về tai, nặng về mũi, về mắt, bởi vì nếu không có làm sao có nhạc sĩ và họa sĩ. Họa sĩ sẽ nặng về mắt. Nhạc sĩ sẽ nặng về tai. Rồi có những cái đam mê nặng về mũi, có những cái đam mê nặng về lưỡi, rồi có những cái đam mê nào liên hệ về xúc giác không? Có. Rồi cuối cùng có niềm đam mê nào nó gắn liền với giác quan thứ sáu không? Có chứ.

Như vậy thì tùy thuộc vào cái chuyện sáu căn của ta nó sống nhiều với trần nào trong sáu trần thì con người ta nó tốt hoặc xấu. Ví dụ như người tu học có nặng nhiều với sắc trần, thinh trần không. Tu đúng chứ tu cà chớn tôi không có nói. Người tu có cần đi kiếm cái gì để nhìn, để nghe, để ngửi không. Vì vậy đã nhiều lần tôi nói một cái người không cần thông minh, xuất sắc, chỉ cần bình thường, trung bình mà khi họ đi tu, tôi thuyết pháp dạy học mà tôi gặp người tu, tôi xếp họ là một đối tượng thính giả cao hơn người có tóc, không phải chỉ đơn giản tôi tôn trọng giới phẩm của họ mà nó còn cái khác. Đó là người tu họ có nhiều thời gian hơn người cư sĩ về cái chuyện chiêm nghiệm. Cái thứ hai mới là dễ sợ, người tu họ đã có thời gian hơn rồi họ đâu có lo chồng lo vợ gì đâu, cái ghê của người tu là trong sáu trần cái chuyện họ hạn chế tiếp xúc với sáu trần rất là nhiều, và khi họ hạn chế sáu trần thì nó bén. Nó còn lại cái gì thì nó bén hơn, hiểu không?

Và Tây nó có một câu rất là hay "khi anh bỏ tiền ra mua một món không cần thiết là anh đã mất số tiền cho một món cần thiết". Cũng vậy, khi mà sáu căn của mình được dùng cho cái chuyện tào lao nhiều quá thì chúng ta không có thời gian, ý tưởng gì cho cái đàng hoàng nữa hết. Có những cuộc hôn nhân có vấn đề vì người trong cuộc hôn phối đó không nhận ra cái đó. Chúng ta không có dành nhiều thời gian để lắng nghe nhau nói mà ta dành nhiều thời gian để nói cho nhau nghe. Nghe nhau nói và nói cho nhau nghe nó khác hay giống? Hồi chưa lấy nhau thì nàng nói chàng nghe, lấy nhau ít lâu thì chàng nói nàng nghe, lấy nhau một năm cả hai đứa nói cả xóm nghe. Nó chửi lộn đó. Cho nên khi anh dành quá nhiều thời gian cho cái tào lao thì đã mặc nhiên và kín đáo anh lấy đi cái thời gian của cái cần thiết. Đó là luật. Giống như người ta nói một phút nổi giận là mất đi sáu mươi giây hạnh phút. Khi anh dành quá nhiều thời gian cho cái chuyện ruồi bu thì anh không còn đầu óc cho cái chuyện đàng hoàng nữa. Mình lấy nhau về mà mình không dành thời giờ nghe nhau nói mà chỉ dành thời giờ để nói cho nhau nghe, thì quý vị nghĩ cái nhà nó không nứt tường mới lạ. Cái chuyện cần làm mình không làm toàn làm cái chuyện ruồi bu.

Tôi rất tâm đắc cái chuyện một cặp vợ chồng trẻ đi honeymoon, đi ngang nhà của một ông bác ở miền nông thôn, bác ruột, "anh à, không mấy khi mình ghé nhà bác, nhà bác xa nhà em lắm, thôi mình đi honeymoon ngang đây mình ghé vô thăm bác. Bác có năm mươi năm hôn nhân hạnh phúc, ai cũng ngưỡng mộ. Mình trước thăm bác, sau mình học kinh nghiệm luôn". Vợ chồng son vô thăm bác bác mừng lắm, bác dọn phòng, xong xuôi ra ăn uống, uống trà, đêm trăng bác cháu dắt ra ngoài vườn ngồi nói chuyện rỉ rả, chàng rễ mới nói "thưa bác, cháu nghe vợ con nói bác có năm chục năm

hôn nhân mà ai cũng ganh tị và ngưỡng mộ hết, cháu cũng muốn xin học kinh nghiệm. Ông cười ngạo nghễ, "hai vợ chồng bác có cái luật, chuyện lớn là bác giải quyết, chuyện nhỏ là bả giải quyết, nhưng mà cái chuyện nào lớn hay nhỏ là bả quyết định". Nhờ vậy năm mươi năm qua cái nhà này nó êm như tờ vậy. Thiền viện nó còn chưa có yên bằng cái nhà của bác. Chuyện lớn là bác giải quyết, chuyện nhỏ là bả giải quyết. Cái câu đó tới đây là hay rồi. Nhưng cái phần chuyện lớn hay nhỏ là do bả quyết định. Coi như là bả tổng đại lý luôn, bả thầu hết. Cho nên, để giữ một cuộc hôn phối đẹp mình phải cần biết giữ lửa cho nhau, giữ lại cái gì đẹp trong ngôi nhà đó thì mới có một gia đình đẹp. Đó là về hôn nhân.

Bây giờ về sức khỏe, hãy chỉ giữ lại trong cơ thể này cái gì cần thiet cái không cần thiết thì bỏ nó đi. Trong hàm răng, mái tóc, gương mặt cái gì không cần thiết phải bỏ nó đi, cái còn lại mới xài đươc, đúng không. Muốn làm đẹp một gương mặt, muốn làm đẹp một căn nhà, chúng ta chỉ cần làm một trong hai việc sau đây. Một, là thêm cái gì và bớt cái gì. Muốn cái phòng đẹp thì tôi chỉ cần thêm cái gì vào và bớt cái gì thì cái phòng nó đẹp. Bao nhiêu chuyên gia makeup cũng phải đồng ý với tôi cái mặt của cô đó đẹp cũng có hai cái đó thôi, tức là remove cái gì đó và adding cái gì đó là nó đẹp. Chứ giờ quý vị muốn cái thứ ba là cái gì, tôi chỉ nghĩ đến hai cái đó thôi.

Xúc thực là sự tiếp xúc giữa sáu căn với sáu trần. Sáu căn là gì là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý và sáu trần là sắc, thinh, hương, vị, xúc, pháp. Anh sống nhiều với cái gì thì anh sẽ là cái con người tương ứng với đời sống của anh. Như vậy, xúc thực ở đây là gì, không giải thích mình thấy nó trớt quớt không mắc mớ gì mình hết trơn. Sai.
[14/05/2020 - 02:09 - hongha7711]

Đừng có nói với tôi là anh cạo đầu, anh mặc áo tu, ở chùa là anh tu, mà quan trọng là mấy tiếng đồng hồ anh ở chùa cái đầu anh nó sống nhiều với cái gì. Và cũng đừng có mặc cảm là tôi ở ngoài đời, tôi có chồng, có vợ, có con có cái, tôi đi làm nên tôi tu không được. Sai. Là bởi vì mình sống trong nhà, làm việc trong công sở, cái đầu mình nó nghĩ cái gì. Cái này quan trọng, có người nói với tôi "con cũng muốn tu thiền mà con không có thời gian". Qúy vị nghe câu này chưa, chứ tôi có nghe nhiều lắm. Tôi nghe như vậy, tôi mới nói "cô ơi, vậy cô hiểu thiền là cái gì?" - "Dạ thiền là xếp bằng". Vậy là chết rồi! cái thiền Ấn Độ nó thiền ở cái đầu, có nghĩa là làm cái gì biết cái nấy, thấy tầm bậy biết mình đang tầm bậy, thấy nó đang vui thì biết nó đang vui, mà biết nó đang vui chuyện bậy hay vui chuyện lành. Còn cái cô nói là thiền "Mông Cổ", tức là giữ cái mông cho vững cái cổ cho thẳng thôi. Tôi nghe nhiều người họ tiết lộ động trời "Sư ơi, con thích đi tu với đám đông lắm". Tôi tưởng bả nói là đám đông sẽ hỗ trợ nhau nhưng tôi vẫn hỏi "kì vậy cô, thiền ngồi một mình sướng hơn chứ cô" - "không, ngồi thiền đám đông nó tinh tấn, vì mình hỏng dám nhúc nhíc, sợ người ta nói". Thì ra bả khoái ngồi với đám đông vì bả quê bả không dám nhúc nhíc, vì khi nhúc nhíc người ta nói bả không có định. Cho nên nó khổ le lưỡi luôn mà cứ ráng gồng, xong rồi mình mẩy ướt nhẹp mồ hôi không. Có nhiều người họ là lắm, học chỉ nhờ đám đông để diễn cho tốt. Nhưng mà thôi kệ, nhờ đám đông giúp cho mình quê quê cũng được, nhưng quý vị nên nhớ cái thiền đó nó chưa ra khỏi " Mông Cổ", chưa qua đến Ấn Độ. Thiền Ấn Độ thứ thiệt là ở đây nè (cái đầu), làm cái gì biết cái nấy, biết mình đang vui biết mình đang buồn và luôn luôn biết rõ những thiện, ác, buồn, vui này là vô ngã, vô thường. Vô thường là sao, là nó không có bình thường. Vô ngã là sao, là bởi vì nó là đồ ráp. Trên đời này không có gì là solid,...pure mà tất cả là composition. Không có một chiếc xe trong đống phụ tùng và không có phụ tùng trong một chiếc xe, là vì sao? Vì nguyên đống phụ tùng nó phải được ráp lại để ra chiếc xe và khi chiếc xe bị rã ra rồi nó chỉ còn là đống phụ tùng.

Lúc mình còn sống, còn trẻ, còn khỏe mình nghĩ mình là một cái gì đó rất là ghê gớm tổng trời đất này. Thử một ngày thức dậy cái tay giở không lên là thua rồi. Có nhiều người hỏi tôi thua chỗ nào? Tôi nói một cách rốt ráo luôn, qúy vị đẹp bằng trời nhưng khi bị liệt sáu tháng nó teo cơ, nêu smà cà thọt cà thọt đi vô tolet được là còn khá, còn mà nằm luôn là nó có mùi. Lúc đó quý vị đừng có thắc mắc là tại soa người thân người ta lánh mình. Không phải họ không thương mà nó không có vui. Mà mình nằm lâu mình có mặc cảm không, mặc cảm là của nợ, càng mặc cảm càng bực dọc, càng bặc dọc càng phun ra mấy câu trời ơi. Người ta hầu mình người ta oải rồi mà người ta nghe mình phun mấy câu đó, cái độ oải nó tăng theo cấp số nhân. Cho nên không cần xe đụng,

không cần tai nạn trên trời rớt xuống, chỉ cần biết sáng cái tay kéo lên không lên là mình biết cuộc đời mình coi như xong rồi đó.

Cho nên phải có khả năng sống một mình là vì sao? Khả năng sống một mình là khả năng làm chủ được xúc thực. Là mình có thể an lạc mà không cần kiếm quá nhiều cái để nhìn, không cần kiếm quá nhiều cái để nghe. Tôi có biết chuyện này tôi nói ra ai sửa được thì sửa nhưng đừng có giận tôi. Tôi biết có nhiều người bị một cái bệnh tôi ghét vô cùng đó là về đến nhà không mở tivi không chịu nổi vì họ sợ sự cô quạnh. Mà quý vị biết rồi trong kinh Đức Phật dạy tiếng động là kẻ thù của trí tuệ. Qúy vị biết không. Vì họ để nó yên họ không chịu, về đến nơi là hài kịch, quảng cáo, dự báo thời tiết, hay là xì trum, hoạt hình, cái gì cũng được hết miễn là nó có tiếng loi nhoi loi nhoi, mà có người họ phải mở lớn họ mới thấy sướng. Cho nên bất hạnh thay cho kẻ nào ở chung, bị tra tấn cái lỗ tai. Cái đó là không được.

Cái người mà làm chủ được sáu căn là gì là người mà họ có thể làm chủ được căn thứ sáu, họ sống với đời sống tâm linh mà không cần những tác động từ bên ngoài. Chẳng hạn có những người nói với tôi "con lỡ xài nước hoa, dầu thơm, dầu gội, sữa tắm thơm giờ bắt giữ Bát Quan hơi khó, Sư có cái cách nào Sư nói cho con bớt thích không". "Thứ nhất, khi mình chọn một mùi nào đó tức là mình hạn chế số người cảm tình với mình, bởi vì họ không thích cái mùi của mình. Khi anh chọn một cái mùi nào đó là anh đã loại bỏ rất nhiều nưgời. Thứ hai, cô tắm không kĩ thì cái xà bông nó mới còn thơm, cô tắm kĩ là nó trôi hết à. Vậy cô nghĩ mình nên tắm kĩ hay không kĩ vì nếu tắm kĩ nó bay hết". Điều này hơi chuyên môn, tất cả mùi thơm nhân tạo đều độc hết, dù là các nhãn hiệu nổi tiếng nào, dù có thơm bằng trời tất cả đều độc. Cũng như tôi đi đâu thấy đốt nhang là tôi khó chịu rồi, thứ nhất tôi thấy trong bầu không khí tôi thở là có tro nó bay, thứ hai khói nhang độc không tả được. Nó rất phản khoa học...

[15/05/2020 - 02:08 - hongha7711]

Ngày xưa ông bà không có xài nhà kín mít, thêm nữa người xưa họ không có nhiều kiến thức về khoa học. Họ có đủ điều kiện để đốt nhang vì nhà họ không kín mít, thứ hai là họ không có kiến thức khoa học, thứ ba là lễ Phật và cúng dường không có nhiều, phong phú như mình. Bây giờ quý vị có tùm lum, bỏ cây nhang ra quý vị có biết bao nhiêu thứ để lên bàn thờ đúng không? Đó là lí do tại sao người xưa họ đốt nahng còn giờ mình biết được đốt nhang nó không có tốt, nó độc dữ lắm. nhang càng thơm càng độc cho nên không có lí do gì để mình đốt nhang, chưa kể nó nám nhà và gây nguy cơ cháy nổ. Dĩ nhiên, tôi nói cái này tôi đang chạm vào thành trì tín ngưỡng của quý vị. Nhưng mà nói Pháp thì phải nói thiệt. Biết đâu có người mở huệ nhãn họ nhận ra.

Tùy thuộc vào sáu căn của mình nó sống nhiều với cái ngoại trần nào mà nó ra con người tương ứng. Tây nó có một câu "anh nói cho tôi biết anh chơi với ai thì tôi sẽ nói con người của anh như thế nào". Người Mỹ họ có một câu "anh hãy nói năm thứ anh thích nhất và năm thứ anh ghét nhất, tôi sẽ đoán được con người của anh". Cho nên quý vị đừng có tưởng quý vị huyền bí, chỉ cần quý vị dám khai ra năm cái đó thôi. Ví dụ tôi biết có những người họ ghét nhất phải chờ ai đó và có người họ ghét nhất là sự im lặng của người bên cạnh, họ ghét nhất sự im lặng trong lúc họ cần được nghe người kia giải thích. Hoặc có người họ ghét sự chờ đợi. Những cái này nếu quý vị đọc sách danh ngôn thấy nó bình thường lắm nhưng áp dụng vào Phật pháp nó sâu vô cùng. Có nghĩa là nếu chúng ta còn lạm dụng sáu căn thì chúng ta còn sống trong thích và ghét. Mà người còn thích và ghét thì người đó còn làm nô lệ cho chính những gì mình thích và ghét. Mình làm nô lệ cho cái mình thích thì dễ hiểu nhưng có ai nói mình làm nô lệ cho cái mình ghét không?. Làm nô lệ cho cái mình thích như tôi thích chiếc xe nên tôi phải làm trâu làm ngựa để kiếm tiền đem chiếc xe về, chuyện này dễ hiểu. Làm nô lệ cho cái mình ghét, có không? Tức là vì cái ghét đó mình phải làm bao nhiêu chuyện để tống khứ nó. Cái này có không? Ví dụ như bây giờ mình không chịu nổi cái nhà đơn giản, mình không chịu nổi cái nhà nông thôn, mình về phố lớn mình ở, hoặc mình không chịu nổi ở cái nhà bằng gạch mình muốn ở cái nhà bằng gỗ. Mình tưởng do mình thích mình mới làm nô lệ mà thực ra cái mình ghét cũng khiến mình trở thành nô lệ là vì sao? Khi thích ta làm mọi giá để có được, khi ghét ta làm mọi thứ để tránh hoặc là để không có nó. Lớn chuyện đó! Tôi thấy có trường hợp tôi khó chịu lắm, tức là bà má bả đang nói chuyện với mình, có hai đứa con bước vô, một đứa thì nó ngại nói chuyện với người lạ, một đứa hình như nó có vẻ không thích người tu. Bà

má bả bắt nó chào "con ngồi nghe Đạo con, Sư giảng!" Tôi hỡi ơi luôn! Hai đứa nó khó chịu mà tôi cũng khó chịu, chỉ có mình bả thấy dễ chịu thôi. Mình sống như vậy xem có đành không, ngay lúc đó nhà có bốn mạng mà ba mạng khó chịu, có một mình mình dễ chịu mà bả đành lòng bả sống vậy.

Xúc thực là sự tiếp xúc giữa sáu căn với sáu trần, chính sự tiếp xúc đó nó trở thành một thứ thực phẩm cho con người của mình, tức là anh sống bằng sự tiếp xúc đó. Có người không có cái này họ không sống được, có người không có cái kia họ không sống được. Vì vậy mà rõ ràng là sự tiếp xúc với sáu trần nó cũng là một thứ thực phẩm tiếp xúc

3. TƯ NIỆM THỰC

Đến tư niệm thực. Tư niệm ở đây có nghĩa là sự đầu tư, investment. Trong tiếng Việt, chủ ý là sự cố ý, trạng thái nhắm tới cái gì đó. Thì cái chủ ý đó mình gọi là tư niệm thực.

Qúy vị cầm một túi tái cây để lên bàn, có lúc người nhà nhìn thấy túi trái cây đó họ biết là họ lấy dao cắt ra mà ăn, nhưng có lúc người nhà nhìn túi trái cây đó họ biết là túi trái cây này sẽ được đem qua cho bà ngoại chiều nay. Cũng cái túi trái cây đó nhưng mỗi lúc chủ ý của mình khác nhau. Hôm qua mình hứa với má là chiều nay mình sẽ đem cam qua cho má, nên mình để cái túi cam trên bàn thì mình có chủ ý là sẽ đem qua cho má. Trường hợp thứ hai, cũng túi cam đó mình để đây cho vợ, cho con mình họ cắt ra họ ăn.

Cái đó gọi là chủ ý. Trong kinh dạy rằng bất cứ công việc nào lớn bé đều thực hiện bằng chủ ý hết. Chính chủ ý đó được gọi là nghiệp thiện, nghiệp ác của chúng sinh. Và cái chủ ý đó cũng gọi là một thứ thực phẩm. Vì sao? Vì chính nó đã tạo ra sự có mặt của mình trong cuộc đời này.

Có người để cây trầu bà và cây lưỡi hổ trong nhà cho nó đẹp, có người để hai cái đó trong nhà cho nó lọc không khí. Công việc lớn nhỏ nào trong cuộc đời mình luôn luôn gắn liền với cái chủ ý, cái chủ ý đó được gọi là tư niệm thực và đừng coi thường nó. Mỗi phút trôi qua có rất nhiều chủ ý thiện ác trôi qua trong đầu của mình mà chính cái chủ ý, nó chính là nghiệp thiện, nghiệp ác cảu mình trong kiếp sau. Trong A Tỳ Đàm của Nam Truyền nói như vậy đó. Vì vậy Đức Phật dạy "Này các tỳ kheo, ta nói rằng chủ ý trong hành động chính là nghiệp thiện ác của chúng sinh".

Có người vì họ quét chùa vì họ muốn chùa sạch, nhìn vô nó mát mắt. Có người họ quét chùa vì họ muốn hành giả đi kinh hành được thoải mái. Có người họ quét chùa vì họ muốn tạo môi trường sạch sẽ cho trẻ em chơi. Cả ba người đều quét chùa hết. Người quét chùa cho nó đẹp thì đời sau sanh ra họ sẽ được ở chỗ sạch sẽ, có người phục vụ cho họ. Người thứ hai họ quét vì họ nghĩ đến con nít, vì tâm từ bi sợ con nít nó chơi chỗ dỡ, sình bùn, người đó sinh ra kiếp sau mặt mũi đẹp, nhiều người thương mến bởi vì hôm nay họ thương trẻ em. Đặc biệt người thứ ba họ quét vì họ muốn hành giả đi kinh hành thoải mái thì đời sau sanh ra có rất nhiều trí tuệ và mau đắc chứng. Thấy sợ chưa.

Vậy thì chủ ý mình nghiêng về cái gì thì nó trở thành một cái nghiệp để đời sau mình theo đó. Cho nên trong kinh nói: cùng cúng dường một bửa ăn giống nhau, ba người mỗi người hùn mười đồng, ba người là ba chục đồng, mới lấy số tiền đó mua thực phẩm cúng dường cho chư tăng, nhưng cái quả báo của ba người này không giống nhau. Người thứ nhất, họ cúng dường cho ông sư một bửa ăn thoải mái vừa miệng, họ chỉ chú ý đến ăn uống thôi. Người đó sinh ra kiếp sau sẽ khỏe mạnh và có lộc ăn. Người thứ hai cũng cúng dường bửa ăn cho ông sư nhưng muốn ông sư ăn cho khỏe mạnh, có sức khỏe để tu hành. Người này sinh ra kiếp sau cũng được khỏe mạnh, nhưng được cái phước nữa là khi họ tu hành sẽ được nhiều sự hỗ trợ của Phật tử. Người thứ ba cúng dường thức ăn cho ông sư để ổng đi hoằng pháp thì đời sau sinh ra có nhiều trí tuệ. Cho nên cái chủ ý nó quan trọng lắm. Trong kinh nói là "Chỉ vị Chánh đẳng chánh giác mới thấy được tất cả các chi tiết trong cái nghiệp của chúng sanh". Còn như mình mình học chỉ mới biết được mấy cái chung chung như vậy thôi. Còn cái chi tiết lúc chúc ở trong đó thì chỉ có vị Phật mới thấy được.

Hai người cùng làm một việc giống nhau cho một đối tượng giống nhau nhưng vì cái quả báo khác nhau là vì nhiều lý do lắm. Một là cái chủ ý khác nhau, hai là cái tâm lực mạnh yếu khác nhau. Cái thứ ba là trình độ của hai người không có giống nhau, người trí nhiều, người trí ít, người nghe Đạo nhiều, nghe Đạo ít, người có thiệp pháp nhiều, thiệp pháp ít. Thiện pháp là hạnh lành, người kham nhẫn nhiều, giới hạnh nhiều, thiền định nhiều, trí tuệ nhiều, niềm tin nhiều. Người này khi họ làm phước thì cái phước của nó nhiều hơn mấy người có hạnh lành ít.

Tôi chứng minh dễ lắm, cái người họ kham nhẫn nhiều họ làm phước cái quả nó mạnh hơn người ít kham nhẫn. Tại sao vậy? Nắng chan chan vậy, người kham nhẫn nhiều họ đứng xếp hàng chờ mấy Sư tới họ vẫn thấy bình thường... Một người có nhiều khả năng kham nhẫn, bao dung, thiền định, trí tuệ, những cái hạnh lành đó càng nhiều thì họ làm phước càng nhiều. Còn mình dễ bực mình, mình ngồi mình thấy cái bà kia bả ngồi bâ lấn mình hoài mình cũng khó chịu nữa, hoặc là mình đang ngồi vậy cái bả ngồi chình ình trước mặt mình trong khi mấy chỗ khác trống bả không ngồi, bắt mình chiêm ngưỡng cái lưng bả, thì những cái bực mình lúc chúc đó nó làm cho mình bớt đi cái niềm hoan hỉ.

Cho nên tư niệm thực nó lớn chuyện lắm. Tư niệm thực chính là chủ ý trong hành động. Chủ ý nó cho phước báo nhiều hay ít. Nghiệp ác nhiều hay ít là nằm ở chủ ý.

Cho nên tôi nói hoài, lấy nước sôi mà tráng ly, mình hấc đi cũng cẩn thận chứ còn tiện tay mình hấc mình không biết đó là cái nghiệp, mình không biết nó trúng con gì. Mình nghĩ mình tráng vậy là nó nguội rồi, mình hấc ra, nhưng mà thật ra có những loài chỉ cần chừng đó nhiệt độ là nó đủ chết rồi thì đừng có trách là sau này tại sao mình bị té nước sôi.

Ở chùa Nam Tông, Việt Nam, ngày xưa ngài Văn Thống có một bà mẹ nuôi là Việt kiều ở Campuchia, khi bà về già bà về Việt Nam sống với ngài Văn Thống. Ngài thương mẹ lắm, mặc dù là mẹ nuôi. Người ta quý Ngài nên người ta quý bà luôn, người ta chăm sóc bà dữ lắm. Nhưng Ngài kể rằng ngày xưa bà ở bên Campuchia, bà làm dâu, bên chồng rất thích nhậu thịt rùa. Người ta mới bắt nguyên một thúng rùa, nấu nước sôi rồi bỏ nó vô, để nó phọt phân ra cho sạch hết, rồi bả mới vớt ra, tách cái mai, nấu thức ăn cho bên chồng, bạn chồng nhậu. Mà suốt thời con gái bả làm công việc đó. Vì một con rùa thịt không bao nhiêu hết nên làm một lần phải nỏ cả rổ, cả thúng. Cho đến luc svề già bả bị một chứng bệnh rất là lạ, trong đời của tôi tôi mới gặp có một lần và chỉ lần đó thôi. Tức là bả giống như trái dưa gang mà bị nứt mà nhìn thấu vô trong, thịt đỏ au sâu vô trong. Mấy năm trước khi mất bà bị lẫn, bà gặp mình hoặc khách tới bà quất quất, mà mình lại gần bà có hai cách tiếp, một là bà phan gậy hai là bà phun trầu. Cái chuyện đó mình thông cảm. Nhưng chuyện này mới ghê, tức là người bà nó sưng phù lên, sưng bóng lên rồi nó nứt y như trái dưa gang vậy mà mình nhìn vào trong thấy thịt nó đỏ au, như vậy thì đâu có tắm được. Cho nên mấy cô Phật tử mà tắm cho bà họ lấy cái kẹp bông gòn họ nhúng nước ấm và làm sạch bên ngoài chỗ nứt, còn cái khe nứt thì chịu thua. Mà một lần tắm vậy bà kêu cả mười tám tầng trời, bao nhiêu cõi bà kêu hết luôn, kêu bằng tiếng Miên, tiếng Việt, tiếng Tiều bà kêu hết luôn. Qúy vị hiểu không, nó đau cỡ nào. Y như con rùa ngày xưa bị trụng nước sôi. Không có biết là có phải do cái nghiệp đó không mà nó giống quá đi. Cái tư niệm thực là cái đó đó.

Trong mỗi phút giây trôi qua mình sống nhiều với cái chủ ý nào, chính cái chủ ý đó nó dẫn mình đến cái tương ứng. Hôm nay thời Mạt Pháp rồi, chúng sanh còn bận tâm đến lời Phật không còn nhiều và điều đó không nên trách ai mà mỗi người năm mươi phần trăm.

Sẵn bửa nay tôi nói chuyện mà tôi chưa từng nói, nói về nghiệp báo tôi sợ bà con không tin nên tôi phải đúc kết bằng câu nói này: Thời Mạt Pháp là thánh hiền không còn nữa. Cái ông Pháp Sư bây giờ ổng không có đắc chứng, và bản thân ổng chỉ là ổng khi ổng lên ổng giảng thôi nhưng khi ổng lùi về đời sống một mình ổng thì ổng không có giống với cái ổng giảng.Từ đó nó dẫn đến một cái hệ ụy khác đó là Phật tử khi họ nghe ông thầy đó giảng thì niềm tin của họ không được một trăm phần trăm. Bởi vì khi ổng giảng họ tin lúc đó nhưng khi ổng về họ nghe thị phi, lời ong, tiếng ve, lòng của họ nó dao động nhưng họ quên một thứ quan trọng đời tư của ổng như thế nào thì cái lời ổng giảng nó là một chuyện khác. Chính vì vậy hôm nay tôi giảng về nghiệp không biêt bà con có suy nghĩ, có nghe như vậy mà bà con về có tốt hơn hay không. Thời Mạt Pháp nó là như vậy. Người giảng không là gương cho người nghe và người nghe từ cái chỗ không có gương nên người nghe cái lòng của họ cũng phai.

Sự khác biệt giữa thành hiền và phàm phu ở chỗ phàm phu là không hiểu lắm cái điều mình tin và không tin lắm cái điều mình hiểu, còn thánh nhân là hiểu rõ cái điều mình tin và tin chết bỏ cái điều mình hiểu.

Cho nên, Làm gì thì làm, tôi không kêu bà con giới luật phải trong sạch, tôi chỉ mong bà con là tránh được bao nhiêu thì tránh, sợ nhất một ngày có tuổi rồi mà nhớ lại chuyện xưa, ước gì mười

năm hay hai chục năm về trước mình nhớ được lời của ổng thì đỡ biết bao nhiêu. Mình sắp nói xấu ai, sắp làm gì bất lợi cho ai mình phải nhớ cái đó. Nhiều khi mình không có chủ ý nói xấu nhưng mà mình chỉ góp lời thôi. Ai nói sẵn mình chỉ góp một hai câu, cái đó có tội không. Ai liệng phân tôi không có liệng, tôi chỉ góp miếng giấy chùi rồi vào thôi. Hiểu không? Lúc chúc vậy đó nó gộp lại nó nhiều lắm. Có nhiều người học Đạo họ có cách nói xấu kiện toàn lắm, "Tôi nói không phải nói xấu, chứ cái bà đó xài không được", bắt đầu nói xấu là để câu đó trước "Tôi nói không phải nói xấu", có nhiều bà còn gọn hơn nữa "tôi nói không phải nói..." mình nghe là mình biết đằng sau đó là cái thứ trời ơi đát hỡi không. Lúc nào mình cũng bắt đầu như vậy để mình không bị cái mặc cảm tội lỗi là mình đang nói xấu người khác. Có nghĩa là cái chủ ý của mình nó nhỏ nhỏ, tội hay công đức là từ đó mà ra. Bước ra sân thấy cái vỏ chuối lượm bỏ vô, không ái biết đó là công đức cực lớn, trong nhà có người bệnh, người già, trẻ con, chưa biết lát nữa đây có khách tới nó làm cái ạch. Các vị có biết có nhiều người cái chết của họ nó ảnh hưởng đến thiên hạ dữ lắm không. Mình hỏng biêt người đó là ai cho nên khi mình cuối xuống mình lượm cái vỏ chuối trên sân mình chỉ nghĩ là mong cho vạn sự cát tường, chúng sanh an lành. Chỉ lượm cái vỏ chuối thôi mà rãi từ bi cho muôn phương như vậy, lượm cái vỏ chuối thôi mà mong cho thiên hạ thái bình.
[15/05/2020 - 08:12 - hongha7711]

Ôn lại, đoàn thực là tất cả thức ăn nuôi dưỡng cái tấm thân sinh lý của mình và có những chuyện quan trọng cần phải nhớ về đoàn thực hồi nãy nói rồi. Xúc thực là sự tiếp xúc giữa sau căn với sáu trần, tại sao nó được xem là thực phẩm, vì tùy thuộc vào việc ta sống nhiều với cái gì và sống kiểu gì. Tôi nói hoài đời sống mình nó chỉ có hai chữ là "what" và "how" thôi. Mình cũng xài nhiều lỗ tai, nhưng lỗ tai mình để nghe pháp, nghe kinh, nghe giảng thì nó lại khác, còn xài lỗ tai để nghe nhạc, nghe tào lao là khác. Tư niệm thực là chủ ý của mình trong từng hành động, trong từng câu nói lớn nhỏ.

4. THỨC THỰC

Cái thứ tư là thức thực. Thức thực là cái tâm đầu thai. Mỗi tâm thiện ác quá khứ sẽ tạo ra một tâm đầu thai siêu đọa cho kiếp sau. Đó là A Tỳ Đàm của Nam Truyền. Hôm nay chúng ta có cao sang, quyền quý, học thức cỡ nào chăng nữa chúng ta hoàn toàn có cơ hội để làm con chó hoang. Thức thực là điều kiện để tạo ra cái hình hài của chúng ta, đó là tâm đầu thai. Mà tâm đầu thai ở đâu có, là do thiện ác quá khứ. Cứ mỗi lần mình có một cái thiện niệm, một tâm lành thì lúc đó mình đang kín đáo tạo ra một cái tâm đầu thai cho kiếp sau, đầu thai về cõi lành. Mà mỗi lần mình có tâm sân si, mình tạo ra tâm đầu thai về cõi khổ, làm chó, làm mèo.

Bây giờ học về ba chướng, nó có liên hệ. Nghiệp chướng, quả chướng và phiền não chướng.

Nghiệp chướng là sao? là những hành động ác, tội lỗi nghiêm trọng, ảnh hưởng đến đời sống và tâm lí của chúng ta trong cuộc đời này. Tôi hỏi các vị, mình lỡ giết người dầu ngộ sát thì cả đời mình ray rứt không yên, đúng không? Cái đó gọi là nghiệp chướng. Mình lỡ làm cái chuyện mà sau này mình nhớ lại mình ray rứt không nguôi thì đó gọi là nghiệp chướng. Nó ảnh hưởng đến đời sống tâm lí của mình. Cái đó nói nhẹ thôi. Còn nói nặng là thế nào, cái tội ác đó nó khiến cho mình không thể đắc Đạo, đắc thiền được trong đời này. Tôi mong rằng ở đây không có ai tạo cái nghiệp chướng này, không có tạo cái nghiệp gì ghê gớm đến mức mà mỗi lần mình nhớ tới mình bị chấn động hoặc là sang chấn tâm lí.

Cái thứ hai là quả chướng. Qủa chướng chính là cái tâm đầu thai và những gì được tạo ra bởi nghiệp xấu quá khứ. Ví dụ, trong Kinh nói thế này: do mình sống bằng tâm sân, tâm tham, tâm si cho nên khi mình chết mình đầu thai bằng cái tâm thấp kém. Vì cái tâm thấp kém mà mình phải làm chó, làm mèo, làm heo, làm ngựa, hoặc làm các con côn trùng như làm kiến, mối... Còn nữa, mình sanh ra mình bị đui mù, câm điếc, tâm thần bẩm sinh, cái đó cũng là quả chướng. Khi mình bị mắc vô mấy cái này coi như đời sống tâm linh mình bị zero. Khi mình đầu thai bằng cái tâm thấp kém thì kiếp đó mình coi như thua nhưng dầu mình được đầu thai làm con người nhưng mình bị mù bẩm sinh, là thua, cái đó cũng gọi là quả chướng. Mình sanh ra với một cái trọng bệnh nan y theo đuổi cả đời, uống thuốc triền miên từ bé đến khi già cũng gọi là quả chướng. Các vị có gặp người đó chưa, cả đời cứ bệnh hoài. Như tôi biết có một cô ở bên Florida, bả đi chơi đâu cũng xách theo máy thở hết, Lúc đó tôi chưa biết đi Uber, mà sáng sớm tôi phải đi bác sĩ, bả nói bả để chở, tôi thấy nhà bả

có xe nên tôi nghĩ chắc bả cũng chạy xe thường, nên tôi Ok. Ai ngờ nửa đường bả lấy hơi, tôi hỏi "có gì không cô?" - "hỏng có gì đâu Sư, quên mang máy thở!". Tôi nghe tôi muốn khóc luôn, nàng chở tôi đi mà xe cộ như mắc cưỡi, mà nàng "hước", có nghĩa là nàng mà mất thở thì tôi cũng hết thở luôn. Mà nàng rất là mê đi chơi. Nàng năm nay bảy mươi rồi. Nàng mê đi chơi, có tiền nữa mà có điều đi đâu phải xách máy thở. Qúy vị tưởng tượng đi chơi mà xách máy thở thì còn gì là chơi, cái đó là "đi thiệt", xách máy thở là đi chơi mà bửa nào quên máy thở là "đi thiệt". Đó là quả chướng. Qủa chướng có nghĩa là bị mang trong người một cái quả xấu nào đó trong quá khứ và cả kiếp này đi đâu cũng phải mang nó và nó trở thành một chướng ngại tâm linh, một trở ngại cho đời sống, cho niềm vui của mình thì đó được gọi là quả chướng. Và cái quan trọng nhất của quả chướng là gì là tâm đầu thai cõi xấu.

Và cái râu ria của quả chướng là gì là cái tai bay họa gởi. Cái ông đó bảy lần bị rớt máy bay không chết, cứ bị cái nghiệp rớt mà ngộ lắm ổng không chết để rớt nữa. Cái lý do duy nhất ổng rớt mà không chết là tại vì ổng phải sống để rớt nữa, tổng cộng là bảy lần. Còn một ông nữa là thầy tui, cứ ở đâu mà có thiên tai là có ổng, bão, núi lửa, động đất...đặc biệt ổng kông chết để bị nữa. Nó lạ.

Thời Đức Phật có một cô tiểu thư cổ đẹp coi như thằn lằn nhìn cổ nó rớt "Hoa ghen sắc thắm mà liễu hờn kém xinh", có một điều lạ là đàn ông nào nhìn cổ là có ba giây thôi là nó mê như điếu đổ mà đến giây thứ tư là nó liệng điếu chạy luôn. Nó lạ như vậy. Mà bả lấy tất cả sáu đời chồng, bả giàu quá sức giàu, bả đẹp quá sức đẹp. Ban đầu còn sính lễ về sau đàn gái sính lễ ngược lại đàn trai. Lấy vợ có thưởng mà coi như không ai lấy. Người Ấn Độ xưa mà, cuối cùng ông bố mới nói "sau này ba má chết rồi, con cu ki vậy không được, tài sản nhiều quá, bây giờ phải làm sao cho con có được một đứa con, chồng nó bỏ con cũng được, miễn sao tuổi già con có người bên cạnh"... Ông mới ra thông báo là: đàn ông mà muốn vợ thì cứ tới nhà này. Một là ổng thích, hai là con gái ổng thích, là có cơ hội, chứ không cần tiêu chuẩn gì đặc biệt. Thế là một rừng nó tràn về, trong đó có rất nhiều vị là homeless, cái đám công tử thứ dữ nó nghe con gái qua sáu đời nó hơi khớp. Nhưng trong đó hầu như là dân homeless, cùi đui, sứt mẻ, bèo dạt hoa trôi không à. Cổ thì cổ lại chấm được một người, người ăn mày. Ông bố vợ cưng biết bao nhiêu, còn bả bả hầu như ông cố nội vậy. Qúy vị biết không, ổng ở được có hai tuần, đến cái ngày rằm trăng sáng là thằng rễ nó vô trong kho moi bộ đồ rách bửa hồm nó mặc vô, rồi nó lên kiếm cha vợ hỏi cái cây gậy với cái bị của nó đâu. Cha vợ hỏi "cái gì vậy, con giỡn hả con?" - "Không, thiệt. Tôi trở lại đời cũ chứ tôi không ở với bả nữa". Ông hỏi "chứ nó có lỗi lầm gì?" - "Dạ không, lỗi là lỗi ở con. Con có mắt mà không tròng, vợ đẹp mà con không thấy, con ớn chè đậu quá, mà chè thiu luôn!" - "Con đã nghĩ kĩ chưa?" - "Con đã nghĩ kĩ nửa tháng rồi. Sau cái đêm hợp cẩn là con biết trên đời này không có người đàn bà nào hơn vợ con nhưng kêu con ở nữa thì con không ở nổi. Con lạy cha trả con lại cái gậy với cái bị". Ông bố nghe vậy quay lại thấy nàng đứng khuất sau rèm, nước mắt chảy xuống. Lắc đầu, đến ăn mày mà nó chê, rồi nó bỏ nó đi. Nàng buồn lắm nên nàng đi tu, xuất gia và đắt a la hán. Đã không!

Khi đắt a la hán rồi nàng mới nhớ lại mười bốn kiếp về trước nàng là một công tử đệ nhất đào hoa, mà coi như là đàn bà mà gặp chàng có chồng hay chưa chồng là chàng xài hết, miễn mặt mũi coi được. Do cái nghiệp tà dâm đó chàng chết đi vào địa ngục xong trở lên làm thú bị thiến, nếu không bị thiến thì làm thân nữ mà điểm đặc biệt "thiên hạ đệ nhất vô duyên". Nàng tu nhiều kiếp lắm nên nàng sanh ra nàng rất là đẹp nhưng mà vô duyên. Vô duyên ở đây là ăn nói sao mà nó trớt quớt mà mình chịu không có nổi. Do cái nghiệp nó khiến mình thành cái loại người như vậy. Qủa chướng là như vậy đó quý vị. Nghiệp chướng đó là một cái trọng nghiệp nào đó mà nó đủ mạnh để trở thành một gánh nặng, ám ảnh tâm lý, một ấn tượng nề trên dời sống của mình. Còn quả chướng nó có hai cá. Một là cái tâm đầu thai, mình đã sanh làm con chó, con heo, Phật có ra đời mình cũng thua. Hai, quả chướng gồm những tai bay họa gởi, những cái xui lắc léo mà mình mang theo cả đời. [16/05/2020 - 09:03 - hongha7711]

Phiền não chướng là một thứ phiền não đặc biệt nào đó của mỗi người mà nó đủ vô hiệu hóa khả năng tâm linh của mình. Ví dụ, nhiều người họ rất là thông minh nhưng họ bị một cái tật rất là thường là tánh ghét. Thông minh bằng trời nhưng mà ghen lên thì cái gì mà bậy nhất thì lựa cái đó để làm. Còn có người thông minh bằng trời mà bị cái máu "kẹo". Tức là cái chuyện đó phải hành động theo hướng A, hướng B nhưng bả thấy nó tốt một cái rồi là bả dẹp, bả lựa cái cách nào mà nó

ít tốn nhất, ai nhìn vào cũng thấy bả làm vậy là bả ngu nhưng mà bả thì không, miễn là không tốn tiền thôi. Vô chùa anh học Đạo rất là giỏi, tâm từ, thương người, hành thiền , trí tuệ coi như ba ngày không nhúc nhíc nhưng mà chỉ có cái tội là ganh tị, chỉ cần thấy ai đẹp hơn mình, giỏi hơn mình, sư phụ có đối tốt với ai là coi như mình nổi điên lên không làm ăn gì được hết, cái đó gọi là ganh tị phiền não chướng. Có người họ do cái tật háo sắc, có người tánh nóng nảy, có người bị khẩu dục tức là thích ăn ngon. Những người họ hoàn hảo mà chỉ bị một cái đó thôi thì gọi là phiền não chướng, tức là cái đó nó ám cho họ banh chành hết. Tu hành rất là tốt nhưng chỉ có một cái thôi là thích ăn ngon, có người cái gì cũng tốt nhưng tánh rất là nóng, ai cũng có thể làm cho họ nổi giận hết. Đó là cái thứ phiền não đặc biệt của mỗi người đủ để vô hiệu hóa khả năng tâm linh của họ.

Như vậy mình học xong về tứ thực, tức là bốn nguồn thực phẩm mà Đức Phật đã phân tích thế giới này qua thức ăn. Bây giờ tôi gom gọn, Đức Phật dạy thế giới này nó có thiên hình vạn trạng, gồm bao nhiêu chúng sanh, bao nhiêu hình thức tồn tại ghê gớm thì gom lại chỉ có bốn nguồn thực phẩm mà thôi. Chính bốn nguồn thực phẩm này nó đã tạo ra vô lượng vũ trụ.

Nguồn thứ nhất là những gì mình uống mình ăn, do chuyện uống ăn này mà mình làm bao nhiêu việc. Cái này quan trọng, ngày nào còn thích chuyện uống ăn ngày đó không thể đắc Thiền được. Thế giới này chia làm ba cấp:

- Cấp một, còn thích chuyện uống ăn, chung đụng.
- Cấp hai, chán chuyện uống ăn, chung đụng mà chỉ muốn ngồi thiền nhưng với điều kiện phải có hào quang.
- Cấp ba, muốn ngồi thiền nhưng không còn muốn có cái thân xác này nữa.

Tất cả là ba hạng: dục giới, sắc giới và vô săc giới. Sắc dục là cái hạng chán dục, không có thích cái chuyện ăn uống nữa nhưng cái đề mục họ tu tập còn dính líu tới vật chất. Ví dụ, họ còn tu cái đề mục đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không,, ánh sáng, khi họ đắc thiền họ chết họ sanh về Phạm Thiên thì cái cõi đó nó vẫn còn có hào quang, vẫn còn có hình danh sắc tướng. Còn thiền vô sắc là những vị họ đắc thiền sắc giới họ chán khi còn có hình danh sắc tướng, còn cái form họ không thích, họ thích formless cho nên họ có ý lìa bỏ thiền sắc giới, một khi họ có cái ý lìa bỏ, chán thiền sắc giới là họ sẽ đắc thiền vô sắc giới.

Cũng giống như quý vị chán tầng một và lên tầng hai vậy. Chúng sanh trong đời tùy thuộc vào ba cái đó. Chúng ta học về tứ thực là học về bốn cái nguồn dinh dưỡng đã tạo nên hình hài của chúng sanh trong vũ trụ. Và tôi đã nói không biết bao nhiêu lần, mỗi vũ trụ như vậy nó bao gồm một nhóm thé giới, mỗi thế giới nó có một mặt trăng, một mặt trời, một cái mars, một cái venus. Mỗi cái thế giới nó như một trái lựu mà một ngàn tỉ trái lựu thành một cái đại thiên thế giới, nó có cấu trúc như một dề trứng ếch. Mà có vô số dề trứng ếch như vậy trong vũ trụ. Cái người có huệ nhãn đắc Thiền, họ có thể thấy xuyên qua trái lựu và thấy được bên ngoài trái lựu này còn vô số trái lựu khác. Còn người huệ nhãn, thiên nhãn yếu quá họ không thể nhìn xuyên qua được cái vỏ lựu đó, chỉ nghĩ rằng trời đất có bao nhiêu đây thôi. Khiếp như vậy đó.

Cho nên bây giờ quý vị thấy trời cao đất rộng. Qúy vị có biết khoảng cách rộng nhất của cái vũ trụ này là bao nhiêu không, là ba trăm triệu năm ánh sáng, một giây ánh sáng nó đi được ba trăm ngàn kilomet, nhân lên một phút, một giờ, một ngày, một năm, ba trăm triệu năm, mà nó vẫn chỉ nằm trong một trái lựu thôi.